



月	火	水	木	金	土	日
				7:20-8:20 朝ヨガ ★ AYUKO	8:35-9:35 ギアゾーンヨガビギナー ★ SAYAKA	8:35-9:50 ウィンヤサフローヨガ ★ YURIE 14日 バンドフロー&ウィンヤサフローヨガ ★
10:00-11:15 健やかに過ごすためのヨガ ★★ KAE 8日 ベーシックヨガ NAO★	23日 (祝) 8:35-9:35 ホィール★★ YURIE 10:00-11:15 ギアゾーンヨガビギナー★ YURIE 11:40-12:55 バンドフローヨガ ★ MIHIRO 13:20-14:35 エアフローヨガ★★ MIHIRO	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ SAYAKA	10:00-11:15 4日・18日 ベーシックヨガ ★ 11日・25日バンドフローヨガ ★ MIHIRO	10:00-11:15 ピラティス ★★ YUNA	10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ MIHIRO	10:20-11:20 ビギナーベーシックピラティス ★ マイコ 7日 ピラティス&ストレッチ TAKEC
11:45-13:00 8日 エアフローヨガNAO★ 1日・22日 エアリストラティブYinFlow★ KAE ホィールビギナー ★ 28日 KAE		11:45-13:00 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ SAYAKA	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ MIHIRO	11:45-13:00 ベーシックヨガ ★ YUNA	11:40-13:10 ギアゾーンヨガLv.2 ★★★★★ MITSUE 11:40-12:55 13日 バンドフローヨガ★★	11:50-12:50 21日 ホィールヨガビギナー★ 14日 エアフローヨガ ★★ 7日 バンドフローヨガ ★ 11:50-13:05 ギアゾーンLV.Zero★ YOSHI
13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル体験 KAE 1日・22日・28日			13:30-15:00 ギアゾーンヨガLv.1&2 ★★★★ HIROMI	13:30-14:30 5日・12日やさしいエアフローヨガ ★ MIHIRO 19日・26日 エアリストラティブYinFlow ★AYAKO	13:35-14:50 6日 エアフローヨガ ★★★★★ 27日 ホィールヨガ ★★★★★ 20日 13:30-15:00 13日 13:15-14:45 ギアゾーンヨガLv.2 ★★★★★ MITSUE	13:20-14:50 ギアゾーンヨガビギナー ★ YOSHI
15日 (祝) 8:35-9:35 ホィールビギナー★ MIHIRO 10:00-11:15 バンドフローヨガ★★ MIHIRO 11:40-12:55 エアリストラティブYinFlow★ AYAKO 13:20-14:35 アロマヨガ★ AYAKO			15:30-16:30 エアフローヨガパーソナル体験 MIHIRO 4日・11日・18日・25日	15:00-16:00 エアフローヨガパーソナル体験 MIHIRO 5日	15:20-16:35 アロマヨガ ★ AYAKO	15:20-16:20 エアフローヨガ ★★ 由布子 21日 やさしいエアフローヨガ ★
			17:00-18:00 11日 バンドフローヨガ ★ 18日 ピラティス&ストレッチ ★ 25日 ギアゾーンヨガビギナー★ 4日 ホィールビギナー★ TAKEC	17:00-18:00 19日・26日 ベーシックヨガ ★ SAYAKA	9/27 15:20-18:20 アロマで快眠WS 担当: AYAKO	16:45-18:00 14日・28日 ベーシックヨガ ★ 由布子 ベーシックヨガ ★ MIHIRO
18:30-19:45 アロマヨガ ★ AYAKO		18:30-19:45 エアフローヨガ★★ maya 10日 エアリストラティブYinFlow ★	18:30-19:45 4日 ギアゾーンヨガビギナー ★ 11日 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ 18日 ギアゾーンヨガLv.1&2 ★★★★★ 25日 ギアゾーンヨガLv.2 ★★★★★ TAKEC	18:30-19:45 5日・19日 エアフローヨガ★★ 12日 ベーシックヨガ ★ 26日 ホィールヨガビギナー ★ SAYAKA		
20:10-21:25 エアリストラティブYinFlow ★ AYAKO 8日 エアフローヨガ ★★		20:10-21:25 ベーシックヨガ ★ maya 24日 バンドフローヨガ ★ maya	20:10-21:25 4日 エアフローヨガ ★★ 11日 ホィールヨガビギナー★ 18日バンドフロー&ギアゾーンビギナーヨガ ★ 25日 ビギナーベーシックピラティス ★ TAKEC	20:10-21:25 ギアゾーンヨガビギナー ★ SAYAKA		

全てのレッスンは予約制となります。

(定員) ■ 常温ヨガ / ヨガホィール / ピラティス = 10名 ■ エアリアルヨガ = 7名

